



コミュニティ
センターから

ひじり館

📞

📠

1003173

(389) 2211

●30周年記念JAZZコンサート

📅

7月27日(日)午後2時(1時30分開場)

🏟️ホール定

100人(申し込み先着順)

🎭出演

Como La Vie Trio

¥1,000円

📝申

直接、ひじり館へ

市政その他の
お知らせ

令和7年度 排水設備工事責任
技術者資格認定共通試験

📅10月19日(日)午前10時30分～午後0時30分🏟️青山学院大学青山キャンパス9号館(渋谷区渋谷4-4-25)¥6,000円📝**申込期間**7月25日(金)消印有効

備考詳細は、市役所第二庁舎1階下水道課で配布の申込書参照。東京都下水道局🌐<https://www.gesui.metro.tokyo.lg.jp/living/takuchi/haisaikoujisekinin/online> からインターネット申し込み可📞下水道課☎(338)6842・📠(339)4413

明神橋通り(市道1-3号幹線)
の一部で、無電柱化事業に伴う
工事を7月から行います

道路上から電柱・電線類を無くすことで「都市防災機能の強化」、「安全で快適な歩行空間の確保」、「良好

な都市景観の創出」を行います。

備考詳細は、公式ホームページ参照📠1005063📞道路交通課☎(338)6864・📠(339)7754

国民年金保険料の納付が困難な
方へ

第1号被保険者で、納付が経済的に困難な方は、保険料の免除・納付猶予の申請ができます。すでに免除などを受けている方で、7月以降も希望する場合は、継続対象者を除き改めて手続きが必要です。

●**免除制度(全額・一部免除)**
本人・配偶者・世帯主のそれぞれの前年所得が一定基準以下の場合

●**納付猶予制度**
50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定基準以下の場合

備考学生は、学生納付特例制度を要利用

【共通事項】

対象期間令和7年7月～令和8年6月[過年度にさかのぼり免除申請(納付月を除く)をする場合は、申請可能期間あり]**持ち物**基礎年金番号または個人番号の分かるもの、本人確認書類(運転免許証など)、失業(退職)による特例免除には雇用保険被保険者離職票などの書類📠1001964📞市役所保険年金課☎(338)6844、府中年金事務所☎042(361)1011



健康だより

かかりつけ歯科医を紹介します

📞かかりつけ歯科医のいない方・訪

問(自宅)での歯科医療を希望する方など**備考**紹介先での医療機関では保険診療📠1002830📞健康推進課☎(376)9149・📠(371)1235(平日午前9時～午後5時)



受診相談(救急相談、医療機関案内)

📠

1002731

●消防庁救急相談センター(24時間)

☎#7119、☎042(521)2323

病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者など)が年中無休で対応しています。

●子供の健康相談室 小児救急相談(東京都)

☎#8000、☎03(5285)8898

📅月～金曜日の午後6時～翌朝8時(土・日曜日、祝日、年末年始の午前8時～翌朝8時)

●東京都医療機関案内サービス“ひまわり”(24時間)

☎03(5272)0303

医療機関・薬局を検索することができます。

●(厚生労働省・東京都)医療情報ネット

医療情報ネットへのアクセスはこちら▶



●多摩消防署 救急病院案内(24時間)

☎042(375)0119

●休日診療当番医(医科)

※当番医は、都合により変更の場合あり

急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。

📅午前9時～午後5時**持ち物**健康保険証、乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
7/6(日)	新垣内科外科クリニック	鶴牧1-24-1 新都市センタービル3階	(373)0514
7/13(日)	からきだ駅前クリニック	唐木田1-1-7 プラザ唐木田104	(376)3800
7/20(日)	せいせきサトウクリニック	関戸1-7-5 京王聖蹟桜ヶ丘S・C C館1階	(337)2715

●こども準夜診療所(健康センター内)=小児科

来院前に必ず電話でご連絡ください。

受付時間午後7時～9時45分📞原則、15歳以下📞(375)0909

●休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

来院前に必ず電話でご予約ください(正午～午後1時を除く)。

受付時間日曜日・祝日の午前9時～午後3時30分📞(376)8009

けんこう

Let's 健幸まちづくり！vol.16

健康都市



多摩市

今回のテーマ

はじめよう！「健幸！ワーク宣言」～職場に元気と笑顔を～

働き方や健康意識が変化している今、多摩市は「健幸！ワーク宣言」で企業や団体と一緒に健幸で働きやすい職場づくりに取り組んでいます！今回は健幸！ワーク宣言とは何か、そして取り組みの一部をご紹介します！

📠1002745📞企画課☎(338)6916・📠(337)7658

健幸！ワーク宣言とは？



企業や団体のトップが「健康で幸せな働き方」とその実現に向けた取り組みを宣言し、職場での健幸的な働き方を進めるものです。

令和7年3月現在で42団体が宣言しており、まだまだ拡大中です！

宣言内容は、既に行っている内容、これからチャレンジする内容のどちらでも構いません。条件(事業所が多摩市にあるなど)を満たせば審査ではなく宣言できるため、気軽に取り組むことができます。

宣言するメリットは？

PR支援

・市公式ホームページや普及啓発冊子などへの掲載
・令和7年度秋ごろに開催予定の、宣言企業と大学生の健幸的な働き方に関する交流会(説明会)への招待

情報提供

・健康経営に関する情報提供、メールマガジンの配信、セミナーの案内
・企業間の取り組み事例の共有、交流会の開催

その他

・企業が地域で行う健幸な取り組みのサポート

昨年度の取り組みの一部をご紹介します！

▶健幸！ワーク宣言企業交流会

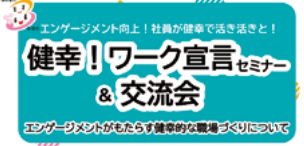
・参加団体：10団体
・テーマ：エンゲージメントがもたらす健幸的な職場づくりについて
・参加団体の声：「業種は異なっていますが、健康経営につながる目標や思いは一緒と知ることができ、意欲向上につながりました！」「エンゲージメントのセミナーがとてもわかりやすく、自社の課題に活かせる事例も紹介いただいて、大変参考になりました！」

▶多摩市×多摩商工会議所×アクサ生命保険㈱

「健康経営の推進に関する連携協定」締結

連携協定を基に、今年度は健幸！ワーク宣言の取り組みをさらに強化します！







多摩市は健幸的な働き方を
応援しています！

ぜひ皆さんも一緒に、小さなことから
健幸的な働き方に取り組んでいきましょう！



▲健幸！ワーク宣言の登録はこちら